



平成28年6月1日発行【第145号】

こうほく☆なつとも☆2016  
学齢障がい児地域生活支援事業  
ボランティア募集！！

裏  
面  
内  
容

# 楽しく♪介護予防!!

～生涯元気で歩ける  
体づくり実践コース～

## ロコモ予防講座

いつまでも元気で自分の足で歩きたい方、運動不足が気になるけどなかなか取り組めない方、ぜひこの機会にロコモ予防講座に参加して運動を始め  
てみませんか！

日 時：7月1日・8日・15日・22日(いずれも金曜日) 13:00～15:00

内 容：1日・8日 ロコモ予防体操

15日 栄養講座

22日 口腔ケア講座

開催場所：横浜市篠原地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象：概ね65歳以上、全日程参加可能な方

※介護保険のサービス利用のない方、  
医師から運動制限をされていない方

持 ち 物：体操ができる服装・飲み物・タオル

定 員：先着20名 (6月6日から申し込み開始)



### 「オレンジ♡(ハート)しのはら」のご紹介

認知症について学び、正しい知識を持って認知症の人やそのご家族を地域や職場で温かく見守る応援者である「認知症サポーター」を養成する取り組みをしています♪

◎篠原地区で活動をしてくださるキャラバンメイト(\*)の方々と昨年度より連絡会を立ち上げました。この連絡会を「オレンジ♡しのはら」と名付けました。

◎4月に定例会を行い、今年度どのように地域で「認知症サポーター養成講座」を行うか、協議しました。ご依頼があれば、皆さんの地区で講座を開きますので、ご相談ください♪

\*地域に認知症サポーターを広める講座の講師となるボランティアのことで、  
現在11名のキャラバンメイトさんが活躍中です。



# こうほく☆なつとも☆2016

夏休みの3日間、障がいのあるお子さんと一緒に遊びませんか?障がい児の夏休みの生活を支援するボランティアを募集します。グループで調理や創作をして楽しく過ごしましょう!

**対象** 高校生以上、コース別説明会 & 交流プログラムの参加できる方ならどなたでも!

**活動内容** \*篠原地域ケアプラザの関係プログラムのみ掲載(全6コースあります)

日程	内容	場所
7月9日(土) 9:30~12:30	コース別説明会	港北区役所
7月28日(木) 9:30~15:30	南国を満喫♪ フラダンス体験	篠原地域ケアプラザ
7月29日(金) 9:30~15:30	バケツプリン・パンケーキ・ロコモコを作ろう!	篠原地域ケアプラザ

★申込・問合せ先★ 社福) 横浜市港北区社会福祉協議会  
 〒222-0032 港北区大豆戸町13-1 吉田ビル206  
 電話: 547-2324・FAX: 531-9561・E-MAIL: hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp

**参加費は無料!**  
 ※交通費として1日1000円の支給

## 篠原地域ケアプラザ非常勤職員募集

**職種:** サブコーディネーター  
**業務内容:** 会場受付・点検、地域に向けた福祉活動交流事業の運営補助等  
**勤務時間:** 17:00~21:00(日・祝除く週2~3日)  
 ※勤務日数・曜日は相談に応じます。  
**待遇:** 交通費実費支給、有給休暇付与各種社会保険完備  
**時給:** 本会規程によります。

※詳細については、ケアプラザ窓口または電話で問い合わせください。(担当: 武井)

## ☕ しのはら人生一服亭

【6月】の予定

- 6/1 アンサンブルし・じ・まコンサート
- 6/8 茶話会
- 6/15 茶話会
- 6/22 茶話会
- 6/29 誕生会



\*内容は変更になる可能性もあります

○●○横浜市篠原地域ケアプラザ●○●

【住所】 港北区篠原東2-15-27

【問合せ先】 Tel 423-1230 / Fax 423-1257

【開館時間】 月~土曜日 午前9時~午後9時

日曜・祝祭日 午前9時~午後5時

【休館日】 第3月曜日(6月は20日です)・年始年末

